

# ÍNDICE

<b>1. EVOLUCIÓN DE LOS INDICADORES DEMOGRÁFICOS DE FERTILIDAD EN ESPAÑA</b>	<b>09</b>
<b>2. INFERTILIDAD</b>	<b>11</b>
2.1 Causas de infertilidad	12
<b>3. TRATAMIENTOS DE REPRODUCCIÓN ASISTIDA</b>	<b>17</b>
3.1 Inseminación artificial (IA)	17
3.2 Fecundación in vitro (FIV) e inyección intracitoplasmática de espermatozoides (ICSI) con transferencia de preembriones	20
<b>4. NUTRICIÓN Y FERTILIDAD</b>	<b>23</b>
4.1 Ácidos grasos omega-3	25
4.2 Ácido fólico	27
4.3 Vitamina B12	28
4.4 Vitamina D	29
4.5 Vitamina E	30
4.6 Vitamina C o ácido ascórbico	31
4.7 Zinc	32
4.8 Selenio	33
4.9 Melatonina	34
4.10 Mio-inositol	35
4.11. Coenzima Q <sub>10</sub> (CoQ <sub>10</sub> )	36
4.12. Preparados comerciales de complementos alimenticios para los tratamientos de reproducción asistida	37
<b>5. BIBLIOGRAFÍA</b>	<b>39</b>